Kuidas hoolitsetakse dementsete eakate eest Soomes?

Puudega lapsi ei aita uhked majad, vaid soojad südamed

Viipekeelsed inimesed saavad nüüd kasutada kaugtõlki

Pallitrall aitab osta ka Lõuna-Eesti lastele

Viimsi Raamatukogu
A 0 0 6 5 3 1

JUUNI 2019

PUUTEPUNKTID

SÕLTUMATU AJAKIRI, MIS VÕITLEB ERIVAJADUSTEGA INIMESTE ÕIGUSTE EEST
KÕIK EESTI PUUETEGA INIMESED, NENDE LÄHEDASED JA NENDEGA TEGELEVAD SPETSIALISTID – ÜHINEGE! Nr 79

Autistliku Mari-Liisi koolitee teisel pool ookeani

Ilusat suve teile kõigile!

Aeg lendab ja jälle on käes koolilõppude ja suvepuhkuste aeg. See toob kaasa palju rõõme, aga puudega inimeste perede jaoks tihti ka uusi või tuttavaid muresid. Kelle valvata jätta laps kolmel suvekuul, kui kool enam ei tööta, aga vanemate puhkus on vaid osake sellest ajast? Mida hakata eluga peale pärast kooli lõppu, kui puudega noorel polegi õiget teed edasiminekuks?

Meie sotsiaalteenused küll arenevad, aga kahjuks ei jõua ikka veel kõikideni igas Eestimaa nurgas. Just hiljuti kuulsin ühe ema muret, et tema puudega lapsele ette nähtud lapsehoiuteenus, kuigi suurendatud mahus ja ligi 1000 euro eest kuus, kulub täismahus ära koolis pakutavale pikapäevarühmale ja ajutisele nädalahoiule – koolivaheaegadeks ja suvepuhkuse ajaks ei jää midagi. Ja omavalitsuse vastus on, et mida te veel tahate, niigi kulutate üüratuid summasid!

Selles mõttes on tore sellest ajakirjast (lk 8–15) lugeda teispool maakera toimuvast, kus peetakse normaalseks, et puudega lastele, ka vanemate klasside omadele, on tagatud lapsehoiuteenus aasta ringi. Eriti tore on see, et kohalikus vabaajakeskuses toimuv lastehoid on nii äge, et lapsed oleksid silma pilgutamata nõus kas või kohe hommikul koolitundide asemel sinna minema.

Eestimaistele omastehooldajatele tuletame aga meelde, et ärge unustage kasutamata tasustatud lisapuhkusepäevi, mida seadus pakub. Lisaks puudega laste vanematele on nüüd õigus saada nädal miinimumpalgaga lisapuhkust ka täisealise sügava puudega inimese lähedastel.

Tiina Kangro, peatoimetaja

E-Eesti hakkab jõudma igapäevaellu

Pisitasa läheb puudega inimeste elu kergemaks. Eelmisel kuul käivitas sotsiaalkindlustusamet viipekeelsetele inimestele kaugtõlgi teenuse, mida saab kasutada Skype'i kaudu just siis, kui vajadus tekib.

Uus teenus on mugav ja paindlik ning seda saab kasutada n-ö jooksu pealt, kas või poemüüja või teenindajaga suheldes, kui on vaja end mõistetavaks teha või ise infot saada.

Kui seni tuli viipekeeletõlgi kasutamise aeg ette broneerida, taotleda ka teenuse rahastamist ja arvestada limiitidega, siis kaugtõlgid on kättesaadavad Skype'i teel täiesti tasuta ja kohe, kui tõlkimise vajadus tekib. Näiteks saab kurt ametiasutuses klienditeenindajaga suheldes nutitelefoni kaudu tõlgi vestlusse kaasata: kurt ja kuulja asuvad ühes kohas, kuid tõlk saab neid vahendada kas või teisest linnast. See säästab tõlkide tööaega, nad ei pea enam tõlkimiseks kohale minema, ja nii saavad nad olla abiks palju rohkematele inimestele.

> “ Viipekeele kaugtõlge on paindlik, kiire ja mugav teenus.

Kaugtõlgi teenus käivitati Euroopa sotsiaalfondi rahastusel. Teenust pakuvad kurtidele juba tuttavad tõlgid MTÜ-st Tartu Viipekeeletõlgid ja Viipekeeletõlkide OÜ-st.

Tõlgiga saab võtta ühendust veebikaameraga varustatud arvuti teel või nutiseadmega. Teenuse saamiseks tuleb Skype'is üles otsida kasutaja „kaugtõlge“. Teenus on kättesaadav tööpäevadel kella 9–17.

Esimest korda katsetati sellist teenust eelmisel aastal ja see muutus lühikese ajaga kurtide seas väga populaarseks. Eestis on umbes 2000 inimest, kes vajavad kuuljatega suhtlemiseks regulaarselt viipekeeletõlgi abi. Mitusada inimest olid kohe huvitatud Skype'i kaudu teenuse kasutamisest.

„See on väga uus teenus ja kindlasti peavad ka kuulajad olema valmis, et kurdid neile tõlgi vahendusel helistavad. Esialgu võib ehk olla võõras kujutada telefonist kostva naishääle taha meest, kui helistajaks on kurt mees. Eks see on eelkõige harjumise küsimus,“ tutvustab sotsiaalkindlustusameti tõlketeenuste projektijuht Timo Hansman e-Eesti väärilist uut teenust. ***Puutepunktide toimetus***

Järgmine ajakiri ilmub septembris!

PUUTEPUNKTID

Ilmub alates oktoobrist 2011
Väljaandja MTÜ Puutepunktid
Registrikood 80334985
A/a EE452200221053907379
E-post info@puutepunkt.ee
Tellimine www.puutepunkt.ee

© OÜ Haridusmeedia 2019
Peatoimetaja Tiina Kangro
Toimetaja Anne Lill
Kujundaja Heiko Kruusi
Keeletoimetaja Kaja Randam
Trükiarv 8900

Viimsi Raamatukogu

Kuidas on korraldatud dementsusega inimeste teenused Soomes?

Eestis loomisel oleva dementsuse kompetentsikeskuse meeskond käis maikuus Soomes vaatamas, kuidas on seal korraldatud dementsusega inimestele vajalikud sotsiaalteenused. Siit saab lugeda, mida nad põhjanaabrite juures nägid ja kõrva taha panid.

Külastati linna rahastatavat Kontula eakate hooldus- ja teeninduskeskust ning Espoos asuvat erahooldekodu Villa Tapiolat. Samuti tehti külaskäik Soome Mäluliitu.

Tõdeti, et kõige suuremaks erinevuseks võrreldes Eestiga on dementsusega inimestele pakutavate üldhooldusteenuste mitmekülgsus ning äärmiselt suur inimkeskssus. Lähtutakse ikka tõesti sellest, mida inimesel on vaja ja kuidas tal tema olukorras oleks parem ja kergem. Igal sammul torkas silma, kui toetav on suhtumine mäluhäirega inimestesse ja nende identiteeti.

Ja veel üks üllatus: igas asutuses, mida külastati, töötab sotsiaaltöö spetsialiste Eestist! Seega Eestis on praegu alles loomisel kompetentsikeskus, mis viiks teadmised dementsusega inimeste toetamise kohta igasse kodumaa nurka, aga meie oma inimesed töötavad Soomes selle ammu kokku kogutud kompetentsi sees lausa igapäevaselt.

Kontula eakatekeskus

Palju tegevusi pakkuv Kontula eakate hooldus- ja teeninduskeskus (Kontulan monipuolinen vanhustenkeskus) tegutseb linna rahastamisel. Kuuekorruselises majas leiab eakate ja nende lähedaste jaoks väga palju vajalikku.

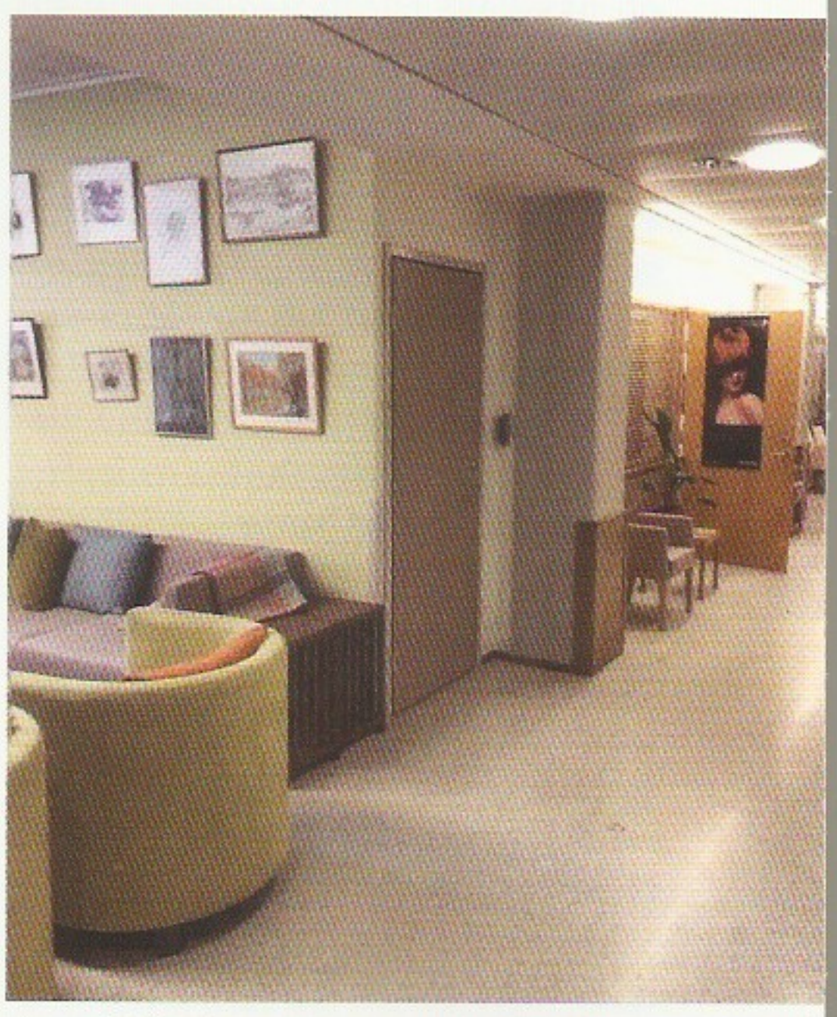
Hoone esimesel korrusel asuvad linna eakamatele elanikele mõeldud tasulised ja tasuta teenused: raamatukogu, juuksur, käsitöötuba, füsioteraapia, jõusaal, ujula ja söökla, samuti dementsusega inimeste päevahoid. Ülejäänud korrustel pakutakse ööpäevaringset üldhooldusteenust. Hoones käivad koos ka dementsusega inimeste lähedaste tugigrupid.

Igal kuul kasutab esimese korruse teenuseid tuhatkond inimest, kel on keskuse n-ö kliendikaart. Ööpäevaringset üldhooldusteenust pakutakse viiel korrusel kahesajale dementsusega inimesele, aga ei jää üldse muljet, et neid on seal nii palju. Kogu elamine on jagatud „rühmakodudeks", kus ühes kodus elab 14 inimest.

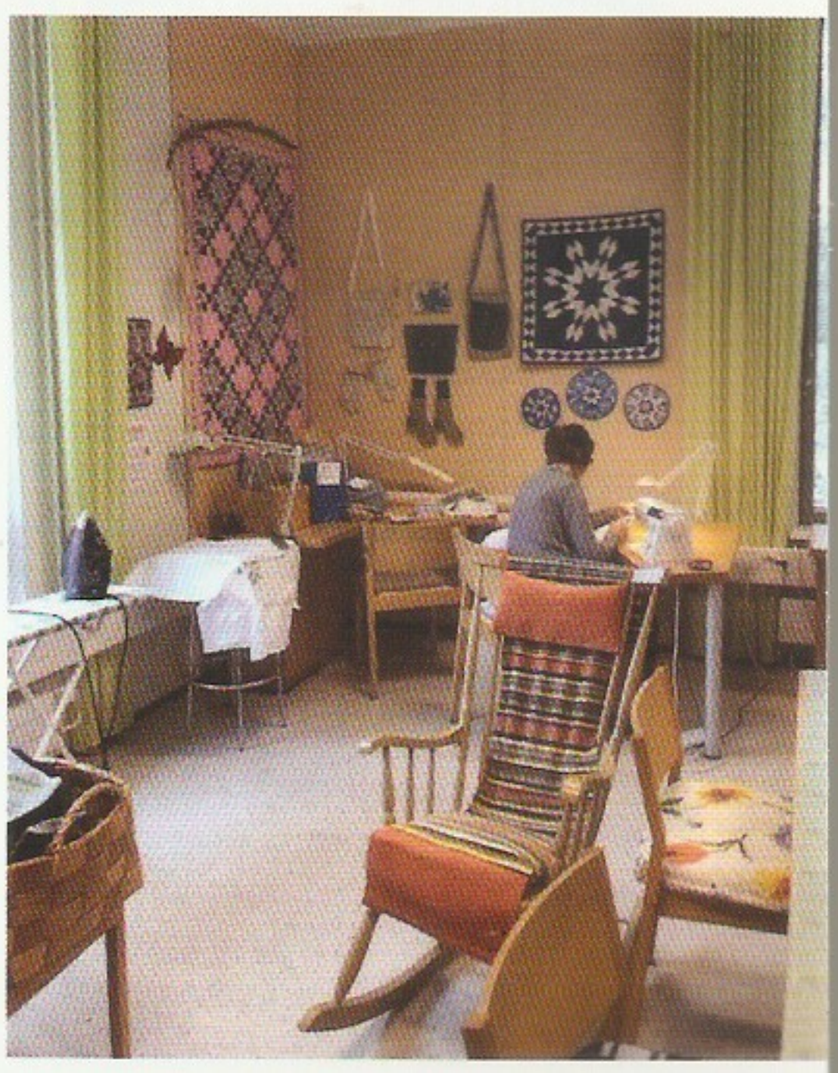
Linn tasub põhiosas hooldekodu koha eest, aga inimese pension läheb ka kohatasu maksmiseks, kuid arvestusega, et viiendik pensionist jääb inimesele endale. Ööpäevaringse koha maksumus on ligikaudu 4000 eurot kuus.

Kuna teenus on hea, on selle järjekord vähemalt aasta. Linn suunab inimese üldhooldusteenusele siis, kui kolm korda päevas pakutavast koduteenusest enam ei piisa, mis tähendab, et inimese hooldusvajadus on suurem kui see, et tema juures kodus käib kolm korda päevas koduteenuse pakkuja (tuuakse süüa, abistatakse toimingutes jne).

Keskusel on kohapeal arstiõed, hooldusõed, tegevusterapeu-



Kontula keskuse 1. korrusel pakutakse erinevaid teenuseid. Autori fotod



Eakatekeskuse käsitöötuba

did, füsioterapeudid jne. Majas käib abistamas ka 80 vabatahtlikku, kelle tööks on eakatega õues jalutamas käimine, laulmine, samuti transpordiga abistamine jne. Vabatahtlike tööd koordineerib keskuse sotsiaalnõustaja.

Päeva- ja intervallhoid

Päevahoiu teenusele suunab linn inimese kolmeks kuuks ning võimalus päevahoiu teenust kasutada on üks-kaks päeva nädalas ehk siis teenus on mõeldud omaksehooldaja abistamiseks. Keskus pakub ka intervallhooldust, kuhu saab inimese jätta pikemaks kui paariks päevaks, kuid siiski mitte päris pikaajegselt. Ka seda rahastab linn koos väikese omaosalusega inimeselt endalt.

Keskusel on armas roheline aiake – see on piirdeaiaga piiratud ning seda saavad kasutada nii päevahoiu kui ka ööpäevaringse hooldusteenuse kliendid. Aias on grillinurk, kiiged lastele, suvel on seal ka kanad ehk siis on mõeldud sellele, et õuealal oleks võimalus mitmesuguseid tegevusi teha ning külla tulnud peredega koos mõnusalt aega viita.

Meie üllatuseks võtsid meid Kontulas vastu eestlased: sotsiaalnõustaja Mare ja hooldusõde Jaana.

Armas ja kodune Villa Tapiola

Villa Tapiola on erakapitalil põhinev üldhooldekodu, kus elab 30 dementsusega inimest. Maja on ühekordne ning asub rohelises ja vaikses linnaosas. Ühe elaniku kohta on 0,6 töötajat: hommikuti on tööl kuus inimest, õhtuti viis ja öösel üks.

Soomes tegelevad dementsusega inimestega hooldusõed, neil on õigus ka ravimeid anda. Personal peab tegema kord aastas meditsiinieksami: tuleb osata jagada ravimeid, eksamil näidatakse ette kogu ravimite manustamise protsess (alates õigete ravimite kapist võtmisest, doseerimisest jne). Majas käib regulaarselt ka piirkonna arst.

Nagu Kontulaski elavad Villa Tapiola elanikud üheinimesetubades. Kaheseid tube on ka, aga omanik-juhataja sõnul neid ei taheta, sest inimesed eelistavad privaatsust. Tubades on elanikel oma kodust kaasa võetud asjad nipsasjakestest vaipadeni, oluline on, et inimene säilitab oma identiteedi ja tunneb end koduselt.

Villa Tapiola põhimõte on ka võimalikult väike ravimite kasutamine – see on dementsuse korral võimalik, kui loodud on turvaline keskkond. Näiteks hommikul tõusevad kliendid sel ajal nagu neile sobilik. Toit hoitakse soojas ning sellega hajutatakse ka hommikust hooldajate koormust.

Klientide igapäevaellu kaasatakse väga suurel määral nende peresid. Pereliikmed külastavad dementsusega lähedasi tihti, neil on võimalik seal koos süüa, laupäeviti pakutakse pidulikku kolmekäigulist õhtusööki veiniga.

Majal on armas sisehoov. Suvel korraldatakse seal kontserte ja mõnusaid istumisi, kus osalevad ka pereliikmed. Iga päev toimuvad tegevused, näiteks igal teisipäeval käivad elanikega suhtlemas kohaliku kogukonna lasteaia lapsed. On muusikapäev, võimlemine, üritused, kord kuus toimub jumalateenistus.

Palliatiivne ravi

Elaniku elu lõpus pakutakse Villa Tapiolas palliatiivset ravi ning pereliikmed saavad oma lähedasega hüvasti jätta, pereliikmetel võimaldatakse jääda mitmeks päevaks lähedase juurde kuni tema viimse kaaresillale minekuni.

Kohatasu Villa Tapiolas on 5400 eurot, seda linn ei kompenseeri. Järjekord on aga sellele vaatamata pikk.

Meie külaskäigu ajal käisid hoones parajasti ehitustööd, et keskust laiendada. Uus majaosa hakkab pakkuma intervall- ja päevahoiu teenust. Hakatakse kasutama n-ö hotellibroneeringute süsteemi, et asi töötaks võimalikult käepäraselt.

Seega kogu teenus tuleb võimalikult kasutajasõbralik ja katab erinevaid vajadusi, alates paaritunnisest teenusest, kui dementsusega inimene on vaja jätta hooldusele vaid lühikeseks ajaks, kuni kuu või ka paar kestva intervallhoolduseni.

Ja jällegi – kõigi teenuste korral saab ka pereliige soovi korral jääda ööbima dementsusega inimese juurde, näiteks kui tullakse Soomet

Kontula aias saab kõnniteraapiat teha.

Toas on palju kodust kaasa võetud asju.

Muusikariistad Villa Tapiola elutoas

Villa Tapiola omanik-juhataja Tuula

külastama teisest riigist. Inimesed liiguvad ju tänapäeval palju, aga eakale on see ainult hea, kui tal säilivad ka hooldusel olles suhted võimalikult paljude sugulaste ja tuttavatega.

Miret Tuur
MTÜ Elu Dementsusega tegevjuht

Dementsuse kompetentsikeskust ootavad suured teod

Septembris sõlmis sotsiaalministeerium lepingu töögrupiga, kelle ühisprojekt oli võitnud Euroopa Liidu rahastusega hanke üle-eestilise dementsuse kompetentsikeskuse väljaarendamiseks. Sellesse töögruppi kuuluvad MTÜ Elu Dementsusega, SA EELK Tallinna Diakooniahaigla, SA Viljandi Haigla ja Tartu tervishoiu kõrgkool.

„Terve suve arutasime ja panime kirja, mida dementsuse kompetentsikeskus tegema peaks," räägib Hanna-Stiina Heinmets, kes on juba hulk aastaid juhtinud dementsusega patsientide osakonda Tallinna diakooniahaiglas. Ta on hariduselt tegevusterapeut, tegelenud palju ka koolitamisega ning viimastel aastatel loonud koos kolleegide ja abilistega tugigruppe dementsusega eakate lähedastele üle Eesti. Tema unistuseks oli, et nad saaksid osaleda dementsete jaoks teenuste arendamisel kogu Eesti jaoks.

Tugigrupid tegutsevad Heinmetsa tagantlükkamisel juba Tallinnas Pirital, Lasnamäel, Õismäel, Nõmmel ja Mustamäel, samuti Tartus, Võrus, Kuressaares, Keilas, Paides, Pärnus, Jõgeval, Narvas, Haapsalus, Sauel, Raplas ja Viljandis. Kokkusaamiste aegu saab vaadata veebilehelt www.eludementsusega.ee/tugigrupid.

Põnev ja vajalik ettevõtmine on ka mälukohvikute projekt. See on ürituste sari dementsusega inimestele, nende lähedastele ja toetajatele, kus nad saavad suhelda, teadmisi ammutada ja meelt lahutada. Jaanuarist juunini toimus seitse mälukohvikut Tallinnas Kumus, teletornis ja Saue päevakeskuses. Juba suvel on plaanis projekti laiendada. Selle ettevõtmise kohta leiab lisalugemist aadressilt www.eludementsusega.ee/malukohvikud.

Infotelefonilt saab nõu

Dementsuse kompetentsikeskuse projektina on aasta algusest avatud dementsuse infoliin (telefonil 644 6440 saab küsida nõu E, T, N, R kella 12–16 ja K kella 16–20), kevadest pakutakse ka nõustamisteenust dementsusega inimestele füüsilise keskkonna kohandamise kohta. Septembris hakatakse kaks korda aastas välja andma dementsuse infokirja. Info täieneb pidevalt ka veebilehel www.eludementsusega.ee.

Septembris tähistatakse hulga üritustega rahvusvahelist Alzheimeri tõve kuud. Oktoobris ehk n-ö meestekuul pööratakse fookus sõnumitele, kuidas dementsusega hakkama saada, kui meespere on see pool, kes peab haigestunud lähedast toetama.

Dementsuse kompetentsikeskus ja selle osalised on aktiivsed ka rahvusvaheliselt. MTÜ Elu Dementsusega on võetud vastu Alzheimer Europe'i eelliikmeks. Tegemist on organisatsiooniga, mis koondab eri riikide dementsusega inimesi esindavaid ühinguid.

„Oleme saanud hea ülevaate, millised riigid ja kuidas on arendanud riiklikku dementsuse strateegiat. Maailma terviseorganisatsioon, kes aitab riikidel strateegiaid koostada, on tundnud huvi ka Eesti vastu ja ootab meie esimesi samme riikliku dementsusstrateegia suunas liikumiseks. Oleme valmis siin kõvasti panustama," räägib dementsuse kompetentsikeskuse tegevjuht Miret Tuur.

Hanna-Stiina Heinmets lisab, et Brüsselis kogunes eelmise aasta lõpus ka töögrupp, milles osalevad eri maadelt dementsust põdevad inimesed, et aidata kaasa tarvilike teenuste ja strateegiate loomisele. „Loodame väga, et jõuame paari aasta jooksul sama kaugele ja ka Eestist hakkab selles grupis kaasa lööma dementsusega inimene, kelle hääl saab siis esindada Eestit rahvusvahelisel areenil," märgib Heinmets. ***Tiina Kangro***

9 mõtet, mis Eestisse üle võtta

Dementsuse kompetensikeskuse meeskond pani kirja mõtted, mida nad tahaksid Soome heast praktikast ka Eestis mäluhäirega inimestele ja nende lähedastele teenuseid arendades kasutusele võtta.

1. Väga tähtis on arendada teenuseid, mis võimaldavad dementsusega inimesel elada kodus nii kaua kui vähegi võimalik.
2. Hooldekodus tuleks sisse seada elamine väikestes rühmakodudes, et igapäevaelu oleks võimalikult tavalise koduse elu sarnane.
3. Ka ööpäevaringsel või intervallteenusel peab päevakava olema paindlik. Professionaalses keeles öeldes liigutakse režiimi mõistest elurütmi mõiste poole, mis tähendab võimalust hommikul tõusta, millal ise soovitakse, kõik ei pea einestama koos ühel kellaajal jne. Inimesed on ju erinevad ja oma harjumustega ning seda pole vaja elu lõpus hooldekodus muuta. Nii jääb hulk stressi olemata ja tervis kindlasti võidab sellest.
4. Hooldusasutuses peaks olema avatud kööginurk, kus on alati võimalik võtta soovi korral teed, kohvi, kerget oodet. Ka see on üks kodusarnase keskkonna loomise komponent.
5. Kindlasti tuleb võimaldada ja soosida ühiseid lõunaid koos hooldusel oleva eaka lähedastega. Kui eakat külastavad lähedased või niisama sõbrad-tuttavad, peaks asutus võimaldama neil koos einestada. Üksikutes hooldekodudes ka Eestis see võimalus juba on, aga see peaks tekkima igale poole.
6. Hooldusasutusele oleks vaja luua turvalised siseaiad, kus eakad saavad olla õues, nautida rohelust ja värsket õhku, leida väikest tegevust.
7. Tuleks luua rohkemvõimalusi olla hooldekodus üksinda toas. Sama tähtis on võimalus kujundada tuba omanäoliseks kaasavõetud esemetega, mis on inimese jaoks tähtsad, seotud turvatunde ja mälestustega. Kord ja koristamismugavus ei kaalu üle kodusoojust ega hingerahu.
8. Väga tähtis on luua keskusi, kus osutatakse teenuseid kombineeritult ja mitmetasandiliselt ehk on olemas teenused nii kodus elavatele eakatele (einela, vaba aja ja huvitegevused, juuksur, liikumisvõimalused jne) kui ka mahukamad teenused, nagu päevahoid, intervallhooldus, ööpäevaringne hooldus.
9. Dementsetega peaksid tegelema töötajad, kes on läbinud baaskoolituse, kuid kel on pidevalt võimalus ka end täiendada. Hooldekeskustesse on vaja luua õe ametikoht.

Pesupulk nimega pannakse riidepuu külge, et kiiresti iga mese üleriided üles leida.

Suured ja selged tähised dementsusega inimestele

Villa Tapiolas kasutatakse postkastina iga elaniku käekotti.

Soome Mäluliidult on palju õppida

Dementsuse kompetentsikeskuse õppereisi põhjanaabrite juurde aitas korraldada Soome Mäluliit. Jõudsime ka võõrustajate kontorisse, kus meid ootas jälle ees mitu eestlast.

All reas (vasakult) Eesti õpperühma võõrustajad Anita Pohjanvuori Soome Mäluliidust ja Urve Jaakkola ETNIMU projektist, nende kõrval Hanna-Stiina Heinmets ja Larissa Pivovarova Tallinna diakooniahaiglast. Teises reas Eve-Merike Sooväli Tartu tervishoiu kõrgkoolist, Miret Tuur MTÜ-st Elu Dementsusega, nende kõrval Siiri Jaakson ETNIMU projektist, Merle Varik Tartu tervishoiu kõrgkoolist, Mari Rull MTÜ-st Elu Dementsusega, Terje Teder Koeru hooldekeskusest, Marilin Vaksman Benita kodust, Kadi Neubauer dementsuse kompetentsikeskusest, Relika Kobin Viljandi haiglast, Minna Teiska ja Päivikki Paakkanen Soome Mäluliidust.

1988. aastal asutatud mäluliidus töötab 18 inimest, kes koordineerivad 44 üle riigi paiknevat allüksust – dementsusega inimeste ja nende lähedaste huve esindavaid organisatsioone. Liidul on üle 14 000 liikme. Mäluliidu vedada on suuresti ka kogu dementsuse valdkonna areng: liit on osalenud Soome riikliku dementsuse strateegia kokkupanemisel ning viib ellu strateegia paljusid tegevusi. Liit juhib kampaaniaid, koolitusprojekte ning annab dementsuse kohta välja trükiseid.

Huvitav oli tõdeda, et Soomes öeldakse dementsusega inimese kohta mäluhäirega inimene, sest sõna „dementsus“ peetakse liiga stigmatiseerivaks.

Mäluliidus oli varuks tore üllatus: vahvad Soomes elavad eestlased Siiri ja Urve juhivad ETNIMU (ehk etnilise taustaga eakate aju tervise edendamise) projekti. Nad on uurinud Soomes elavate eestlaste, venelaste, romade ja somaallaste traditsioone ja suhtumist dementsusse, arendavad nende vähemusrahvuste gruppide teadlikkust dementsusest ning jagavad tervishoiu- ja sotsiaalhoolekande valdkonna töötajatele teadmisi, kuidas suhelda dementsuse asjus Soomes elavate teistest rahvustest mäluhäirega inimeste ja nende lähedastega.

Kuna Siiri ja Urve esinemine ja teemad meid väga kõnetasid, sündis kohtumisel tore mõte jagada projekti kogemusi Eestis. Seega juba septembris saavad kõik, keda see teema huvitab, võimaluse Siiri ja Urvega tuttavaks saada ning nende koolitusel osaleda!

Meie kahepäevane Soomes kogetu oli kasulik ja praktiline, nägime suurt kontrasti põhjanaabrite juures mäluhäirega inimestele pakutava elukeskkonna ja inimkeskse suhtumise vahel võrreldes teenusega, mida pakutakse Eestis. Eesti hooldekodud on valdavalt ikka veel haiglakeskkonda meenutavad, steriilsed ja impersonaalsed. Soome hooldekodud ei meenuta haiglat, vaid ikka täitsa tavalist kodu, mõnusa söögilaua taga ja elutoas koguneva suure pere elamist.

Soomes on hoolekandeasutustes hästi palju tegevusi ja loomulikult on seal dementsusega inimestega hõivatud ka palju rohkem personali kui Eestis. Suur samm Eestist eespool on kindlasti Soome integreeritud teenus – ei ole lõhet sotsiaalhoolekande ja tervishoiu vahel, dementsusega inimestele osutataval teenusel on ka tervishoiu komponent vastavalt inimeste vajadusele hooldusteenuse juures.

Kõnekas oli seegi, et iga asutuse põhipersonalis tegutsevad hooldusõed ehk ei ole eraldi hooldajad ja õed nagu meil. See tähendab, et integreeritud teenusemudel on Soomes juba hariduse omandamisel olemas ja tulevased spetsialistid saavadki väljaõppe, kus meditsiin ja hoolekanne on ühe katuse all.

Ja viimaseks: on väga palju asju, mida saab teha lihtsate vahenditega, kõigeks ei olegi vaja rohkelt raha, spetsiaalseid ehitisi ja investeeringuid. Uurige kas või fotosid, mille tegime Soomes, neilt leiate kasulikke nippe ja ideid, mida juba praegu igas hooldusasutuses teha saaks.

Aitäh Soome kolleegidele ja toredatele Soomes elavatele kaasmaalastele! ***Miret Tuur***

Loe lähemalt

Soome Mäluliit: www.muistiliitto.fi
ETNIMU projekt: www.muistiasiantuntijat.fi
Mõlemat veebilehte saab lugeda soome ja inglise keeles

PUUTEPUNKT

Erakogu

Autistliku lapse koolitee USA-s. Mari-Liisi lugu

Viis aastat tagasi

2014. aasta kevadel võttis Puutepunktide toimetusega ühendust toona kuueaastase USA-s elava Mari-Liisi ema Piret ja pakkus, et ta võiks kirjutada, kuidas käiakse Ameerika haridus- ja sotsiaalteenuste süsteemis ümber autistlike lastega.

Pikk ja põhjalik artikkel ilmuski meie ajakirjas viis aastat tagasi, Puutepunktides nr 31 (veebis puutepunkt.ee/ajakiri2014.html). Seal kirjeldas ema oma pisitütre teekonda varajasest märkamisest kuni algkooli esimese klassini.

Spetsialistid hakkasid lapsega väga põhjalikult tegelema juba enne kaheaastaseks saamist, kui tekkis kahtlus, et lapsel võib olla autismispektri häire. Piret kirjeldab, kuidas selgitati välja Mari-Liisi erivajadused ja mil moel toetati ta arengut eelkoolis ehk lasteaias. Väga põhjaliku ülevaate andis ta algkooli autismiklassis toimunud eriõppest – ta selgitas fotode abil, milline näeb välja erivajadustega laste väikeklassi füüsiline õpikeskkond ja milliseid õppevahendeid seal kasutatakse.

Vahepeal on möödunud viis aastat ja sel kevadel saavad Mari-Liisil algkooliaastad läbi. Sügisel seisab ees koolivahetus, sest 6. klassiga algab USA-s põhikooliaste. Palusime Piretilt uut artiklit, kus ta kirjeldaks, kuidas on vahepealsed aastad sujunud ja kuidas üldse Mari-Liisil läheb. Piret oli hea meelega nõus seda tegema. Järgnevatelt lehekülgedelt leiategi sama põhjaliku ja paljude fotodega jätkuloo.

Kuna Eestis on autismipedagoogika ikka veel lünklik, eriti kui spektrihäirega laps õpib tavakoolis, siis loodame, et lugu annab mõtteainet nii lapsevanematele kui ka õpetajatele ja haridus- ja sotsiaaltöö juhtidele. Täname omalt poolt Piretit ja soovime edu Mari-Liisile. Head lugemist! ***Tiina Kangro***

Uuel õppeaastal ootavad Mari-Liisi ees suured muutused: ta asub õppima põhikoolis, 6. klassis. See tähendab, et algkooliaastad saavad läbi ning õppetöö hakkab toimuma uues ja palju suuremas koolis. Kuidas kõik minema hakkab, seda me veel ei tea, aga loodame kõige paremat.

Olgu taustaks öeldud, et meie kodulinnas, Virginia osariigis Alexandrias on umbes kümmekond algkooli, kaks põhikooli ja üks keskkool. Algkoolis õpivad lapsed 1.–5. klassini, põhikoolis 6.–8. klassini ja edasi, 9. klassist on juba keskkool, mis kestab 12. klassini.

Koolide arvu põhjal on üsna selge, et algkoolid on väikesed, õpilasi on seal vähem ja ka klasside suurused on vastavad. Siiani õppis Mari-Liis ühe niisuguse väiksema kodulähedase algkooli autismiklassis, kus rühmas oli kuni viis õpilast. Väikeklassi lastel toimus osa tunde kõigi teiste kooliõpilastega koos, aga põhiaineid õppisid nad siiski oma klassis.

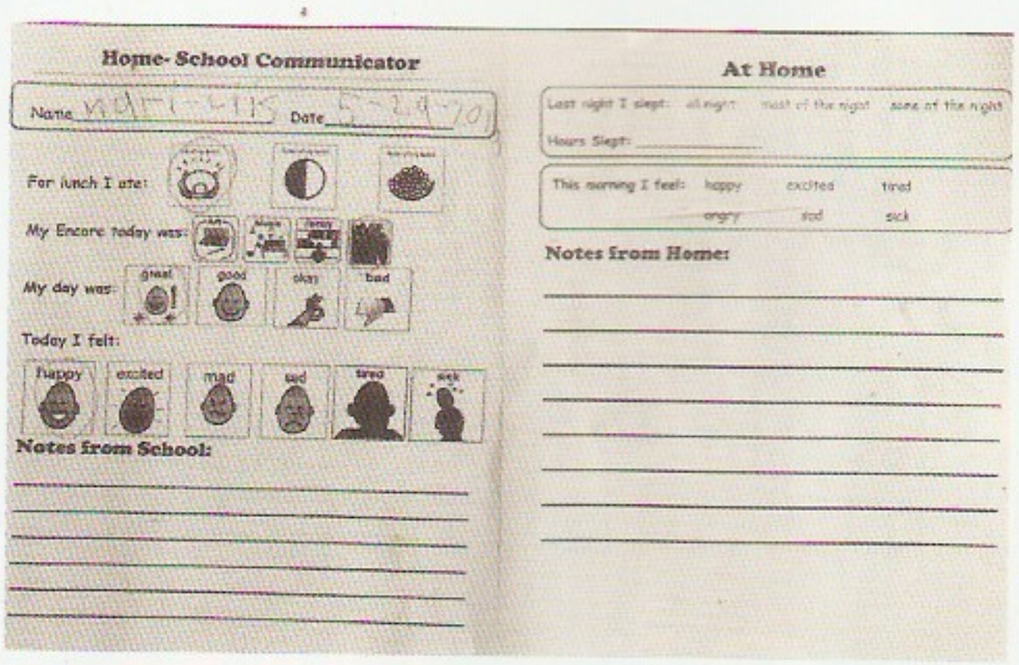
Ka kevadised lõpueksamid on Mari-Liisil tulnud teha samamoodi nagu teistel õpilastel, ent talle võimaldati nende tegemine eritingimustel: lisapausid, visuaalne toetav materjal, eraldi vaikne ruum jne.

Tuleb tunnistada, et mõnes mõttes on mul hea meel, et Mari-Liis läheb nüüd teise kooli. Esimesed kolm aastat algkooli autismiklassis olid peaaegu ideaalsed ja ta arenes silmaga nähtavalt. Aga kaks viimast aastat on tal olnud uus klassiõpetaja, kellega ei ole mul ega vist ka tal endal olnud väga head suhtlust.

> “Talle võimaldatakse eksamite tegemine eritingimustel: lisapausid, eraldi vaikne ruum jms.

Õpetaja on kena ja tore noor inimene, aga eelmise õpetajaga võrreldes on kodu ja kooli vaheline suhtlus olnud halvem: ma ei tea enam kuigi täpselt, mida laps koolis teeb või mida päeva jooksul tegi, kuhu plaanitakse ekskursioonile minna jpm. Väga harvad on juhused,

kus õpetaja on midagi kirjutanud n-ö päevikusse (meil *home-school communicator*'isse). Kuna ka kodutööd ei jäeta, siis vahel olen isegi raskustes, et mõistatada, mis osaga parasjagu õppeainetes tegeletakse, et saaksin kodus koolitööd toetada.


Home- School Communicator

Name Mari-Liis Date 5-29-19

For lunch I ate:

My Encore today was:

My day was: great good okay bad

Today I felt: happy excited mad sad tired sick

Notes from School:

At Home

Last night I slept: all night most of the night some of the night

Hours Slept:

This morning I feel: happy excited tired angry sad sick

Notes from Home:

Home-school communicator, kuhu teevad iga päevaseid sissekandeid lapse klassiõpetaja ja lapsevanem.

Õpetaja on ülitähtis

Eelmine klassiõpetaja oli väga nõudlik ning oli kahtlusteta oma ala tõeline ekspert tegelemaks erivajadustega lastega. Seetõttu oli Mari-Liis õpingutes kuni 3. klassini peaaegu samal tasemel tavaklassi õpilastega. Aga ma arvan, et sellises pingelises töös on läbipõlemine kerge tulema, eriti kui annad endast maksimumi. Liiatigi olid samas väikeklassis lapsed, kelle puue oli palju raskem kui Mari-Liisil, seejuures mitu-last ei rääkinud üldse. Pärast kolme aastat autismiklassis otsustaski õpetaja võtta endale tavaklassi, loodetavasti siiski ajutiselt.

Nende viie aasta jooksul on Mari-Liisi jaoks olnud kõige raskem aine matemaatika. Probleemid on tal mõningal määral ka tekstist arusaamisega. Õpetaja kurdab, et Mari-Liis ei oska siiani vastata kõikidele loetud teksti kohta esitatud küsimustele.

Vastamine küsimustele „kes-mis" ja „mida teeb" on tema jaoks lihtsam, aga küsimused „kus", „millal" ja „miks" valmistavad talle siiani raskusi. Vahel on probleem ka lihtsalt selles, et õpetajad ei malda nii kaua oodata, kuni laps küsimusele vastuse leiab; autistlikul lapsel võib minna vastamiseks tunduvalt rohkem aega. Heaks näiteks oli samas klassis üks õpilane, kes oma teadmiste poolest suutis vastata küll kõigile küsimustele lõpuks täiesti korrektselt, aga vastamine toimus mitmeminutise hilinemisega. Õpetaja peab olema sellise lapsega väga kannatlik ja suutma samal ajal tagada, et teised lapsed on rakendatud.

> “ Autistlikul lapsel võib minna vastamiseks tunduvalt rohkem aega.

Üle või alla võimete

Mari-Liisi lemmiktund näikse olevat teadus. Eriti pakuvad talle huvi päikesesüsteem ja botaanika. Aga hea meelega osaleb ta ka muusika ja kehalise kasvatuse tundides.

Kui eelmisel aastal küsiti lastelt, mis instrumenti nad tahavad muusikatunnis mängida, siis Mari-Liis avaldas soovi mängida viiulit või vioolat. Ma arvan, et tal on tegelikult väga hea muusikaline kuulmine. Sageli piisab vaid esimestest taktidest, kui ta juba teab, mis looga on tegu. Valenoodid aga tunduvad vahel lausa valu tekitavat.

Viiulit või vioolat tal aga õppima asuda kahjuks ei õnnestunudki. Muusikaõpetaja ja klassiõpetaja arvasid, et ta sõrmed on liiga kohmakad ja ainuke talle sobilik instrument on ksülofon… Samas oli ta 3. klassis juba harjutanud plokkflööti ning suutis sellel lihtsamaid lugusid ette mängida. Meile tundus, et ksülofon on tagasiminek. Jäigi arusaamatuks, miks oli vaja ette ära otsustada, et viiul jääb talle raskeks.

Nagu ka filmis „Deej" (selle kohta leiab lisa leheküljel 15) ilmneb, kipuvad inimesed autistide tegelikke võimeid alahindama. Autistlike inimeste alahindamine on palju sagedasem kui neilt erilise andekuse eeldamine mingil alal, mida samuti tihti ette tuleb. Alahindamise halb külg on aga see, et tegelikud võimed jäetakse nii lihtsalt proovile panemata.

Kuna algkoolis eriti kodutöid [illegible] antud, siis olen Mari-Liisi nõrgemate külgede silumiseks talle ise [illegible] nud kodus matemaatikaülesandeid lahendada. Samuti oleme iga päev koos temaga raamatut lugenud. Ju on see hästi mõjunud, sest viimasel lastevanemate koosolekul mainis õpetaja, et Mari-Liisi lugemisoskus [illegible] sh funktsionaalne lugemisoskus on tublisti paranenud.

Väike segadus keeltega

Mul on kahju ainult sellest, et Mari-Liis ei oska lugeda raamatuid eesti keeles ja et eesti keel on meil siin Ameerikas üldse unarusse jäänud. Aastaid tagasi soovitas haridusosakonna eripedagoog, et kõneleksime Mari-Liisiga ainult inglise keeles, sest kui lapsel olevat rääkimahakkamine raske, siis ei tohiks mitme keelega teda segadusse ajada.

Tollal ei osanud ma spetsialisti soovitustes kahelda ja nii hakkasingi Mari-Liisiga vähem eesti keelt kasutama. Uuema aja soovitused, seal[illegible]gas autistide endi väljendatuna, ütlevad aga, et mitme keele õppimine ja kasutamine tuleb hoopis kasuks. Nüüd olen tasapisi temaga harjutanud jälle eesti keelt ning ehk kunagi jõuame sinnamaani, et ta on võimeline ka eesti keeles raamatuid lugema.

Aeg-ajalt võtab Mari-Liis ikka käte „Mõmmi aabitsa" ja üritab sellest lugeda. Ta isegi hääldab ja loeb päris õigesti. Ju ta mäletab seda raamatut veel ammusest lapsepõlveajast.

Piret Lai-Neubacher
Mari-Liisi ema

Põhikooli minek toob uued väljakutsed

Kuna ees ootab põhikooli minek, siis korraldas linna haridusosakond lastevanematele koolis juba aegsasti väikese tutvumispäeva. Lisaks kaaslaste ja õpikeskkonna muutumisele tuleb lapsel põhikoolis võtta kaks valikainet. Ja siin on jällegi meie jaoks väike probleem.

Põhikoolis õpetatakse põhiaineid õnneks ühes hoonetiivas koos, ent valikainete ruumid asuvad teises tiivas. Mari-Liisil pole ruumis orienteerumisega raskusi, kuid tema jaoks võib probleemi tekitada müra.

Kujutage ette sellise suure mammutkooli kõiki õpilasi rändamas vahetunni ajal ühest klassist teise, vaikne see kindlasti pole! Õnneks pakutakse haridussüsteemis kuulmistundlikkusega õpilastele lahendust: neil võimaldatakse valikaine ruumi minna lihtsalt natuke enne või pärast vahetundi. Olenevalt diagnoosist või probleemidest on õpilasel saatja/abiõpetaja käekõrval või mõned meetrid tagapool. Põhiline on see, et laps jõuaks turvaliselt ühest ruumist teise. Selles, et niisuguseid lapsi igas koolis on, ei nähta midagi ennekuulmatut.

Valikaineid on põhikoolis mitu, saab valida võõrkeeli, muusikainstrumendi mängimist orkestris või bändis, kodunduskursust jms. Meie arvasime, et Mari-Liisil sobiks võtta valikaineks kodundus ja mõne muusikainstrumendi õppimine. Ta on ise öelnud, et tahaks ikkagi hakata mängima vioolat nagu ta vanem õde. Loodetavasti see uues koolis õnnestub, kuigi ta sõrmed ja haare on nõrgavõitu. Kodunduskursus tuleb kindlasti kasuks, sest seal õpetatakse lihtsamat söögitegemist, koristusvõtteid, rahaga ümberkäimist jm iseseisvaks eluks vajalikke oskusi.

> “ Klassiruumid on ka uues koolis liigendatud eraldi osadeks nagu algkoolis.

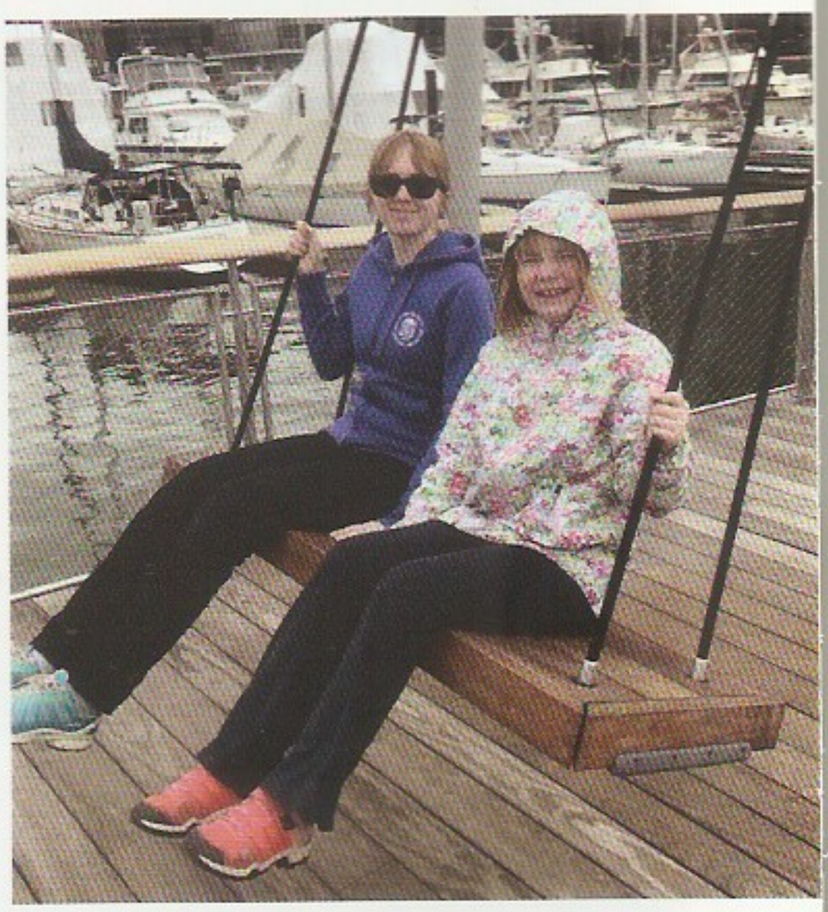
> “ Ta on öelnud, et tahaks ikkagi hakata mängima vioolat nagu ta vanem õde.

Koolibuss jäi alles

Meie teine küsimus tutvumispäeval oli transport kooli. Siiani viis Mari-Liisi kooli koolibuss, aga uus kool asub meist tõesti vaid kivivisket kaugusel. Kas sellisel juhul peab Mari-Liis hommikul ise kooli kõndima? Ega see tegelikult polekski ju mureks, kuid autistlikul lapsel võib mürarikkal tänaval tekkida probleeme. Õnneks rahustas haridusosakond meid kenasti maha, selgus, et nad mõistavad Mari-Liisi erivajadust ja ta võib endiselt koolibussiga kooli sõita. See on hea ka põhjusel, et nii on garanteeritud, et abipersonal lastele vastu tuleb ja jälgib, et kõik ikkagi õigetesse klassidesse jõuavad.

Õppeklassid on uues koolis liigendatud eraldi osadeks täpselt samuti nagu algkoolis. Kui algkoolis oli autistlikel lastel vaid üks klassiruum, kus toimus kogu koolipäev, õpilaste arv muidugi oli ka palju väiksem, siis uues koolis on eraldi klassiruumid matemaatika, keele ja kirjanduse ning teaduse õpetamiseks.

Kõik klassiruumid on omakorda jagatud osadeks: ühes osas võib toimuda iseseisev õpe ja ülesannete lahendamine, teises osas õpetab õpetaja ainet, kolmandas võib abiõpetaja juhendada õpilasi. Selline liigendamine on hädavajalik, sest õpilaste arv on põhikoolis, olgugi erivajadustega laste klassis, palju suurem. Siis, kui me kooli külastasime, oli igas erivajadustega laste



Mari-Liis õega

õppeklassis kümmekond last. Igas õppesektsioonis oli ühe õpetaja või abiõpetaja kohta umbes kolm last.

Individuaalne õppeplaan

Kevad on kiire aeg ka seetõttu, et tuleb panna paika uue aasta individuaalne õppeplaan. Lisaks põhiainete ja valikainete õppimisele määratakse lapse vajadusest lähtudes logopeedi ja tegevusterapeudi tundide arv. Uuel kooliaastal hakkab Mari-Liis saama senisest vähem rehabilitatsioonitunde, kuna spetsialisti hinnangul ta sõrmede puutetundlikkus ja haare on juba piisavalt head. Seega tegevusterapeudiga hakkab ta nüüd kohtuma vaid kord kuus 20 minutit.

Logopeedi tundide arv jäi siiski samaks – 240 minutit kuus, sest ta polevat 100% verbaalse võimekusega. Kooliaasta alguseks selgub, kuidas see aeg tunniplaanis jagunema hakkab. Tõenäoliselt hakkab ta kohtuma logopeediga kord või suurema tõenäosusega isegi paar korda nädalas.

Huvitava asjaoluna märgin, et ametlikult pole arstid pannud Mari-Liisile autismi diagnoosi ja seda väga lihtsal põhjusel. Diagnoosi

paneb arengupediaater (*developmental pediatrist*), neid on aga piirkonnas vähe ja nad on väga hõivatud. Ühe korra ma isegi pääsesin lapsega arsti jutule, ent selleks istusin peaaegu kuu aega igal hommikul varavalgest telefoni otsas ja valisin järjest arsti vastuvõtunumbrit. Viimaks sain aja arsti juurde, ent diagnoosi saamiseks peaks seal vähemalt paar korda käima, kuni kõik uuringud ja testid on tehtud. Siis mul jõud lihtsalt lõppes ja ma lõin käega.

Lähtutakse lapse vajadustest

Õnneks pole linna haridusosakond sellest mingit numbrit teinud, vaid paigutas lapse autismiklassi ka ametliku diagnoosita. See muidugi ei tähenda, et laps pannakse autismiklassi vaid vanema soovi põhjal. Ei, selleks vestlesid haridusosakonna spetsialistid (sotsiaaltöötaja, logopeed, rehabilitatsioonispetsialist, eripedagoogika osakonna juhataja jt) minuga ning kohtusid Mari-Liisiga. Selliseid suuremaid uuringuid ja vaatlusi tehakse iga kolme aasta järel ning korrigeeritakse individuaalset õppeplaani, kui vaja.

Mõni niisugune erivajadustega laps võib olla võimeline jätkama õpinguid tavalises klassis pärast paari aastat eriklassis, aga mõni vajab jätkuvalt instrueerimist väiksemas grupis ning rohkelt abivahendeid.

Ka sel aastal toimus samasugune koosolek haridusosakonna inimestega, et otsustada, kas Mari-Liisi jaoks on parem jätkata väikeses grupis autismiklassis või võiks ta õppida tavaklassis näiteks abiõpetaja toel. Spetsialistide hinnangul hakkab Mari-Liis ka põhikoolis õppima autismiklassis, kuna vajab õpetamisel rohkem visuaalseid vahendeid, on sensoorselt tundlik ja tema funktsionaalne keeleoskus pole piisav tavaklassis õppimiseks.

Puudega laste rühmatoas on palju võimalusi grupitööks ja ka üks ühele suhtlemiseks. Paremal all on keskuse välisvaade, hoone on tagasihoidlik, aga seal töötavad suure südamega inimesed. Kuue lapse kohta on keskuses üks täiskasvanu.

Meie suurim pääs

Paljudel võib tekkida küsimus, et kui lapsel on puue, siis kuidas saavad mõlemad vanemad tööl käia. Ega see polekski eriti võimalik, kui ei oleks pärast kooli lastehoiu võimalusi.

Ka siin Ameerikas napib lapsehoidjaid, kes tahavad tegeleda ja tulevad hästi toime puudega lastega. Kui hästi otsida, siis neid siiski leiab, aga nende teenus on tihtipeale tunduvalt kallim. Kui ühel suvel mõned aastad tagasi otsisin Mari-Liisile lapsehoidjat, kes minu tööl käimise ajal teda vaataks, siis alla 25 dollari tunnis ei olnud keegi nõus tulema.

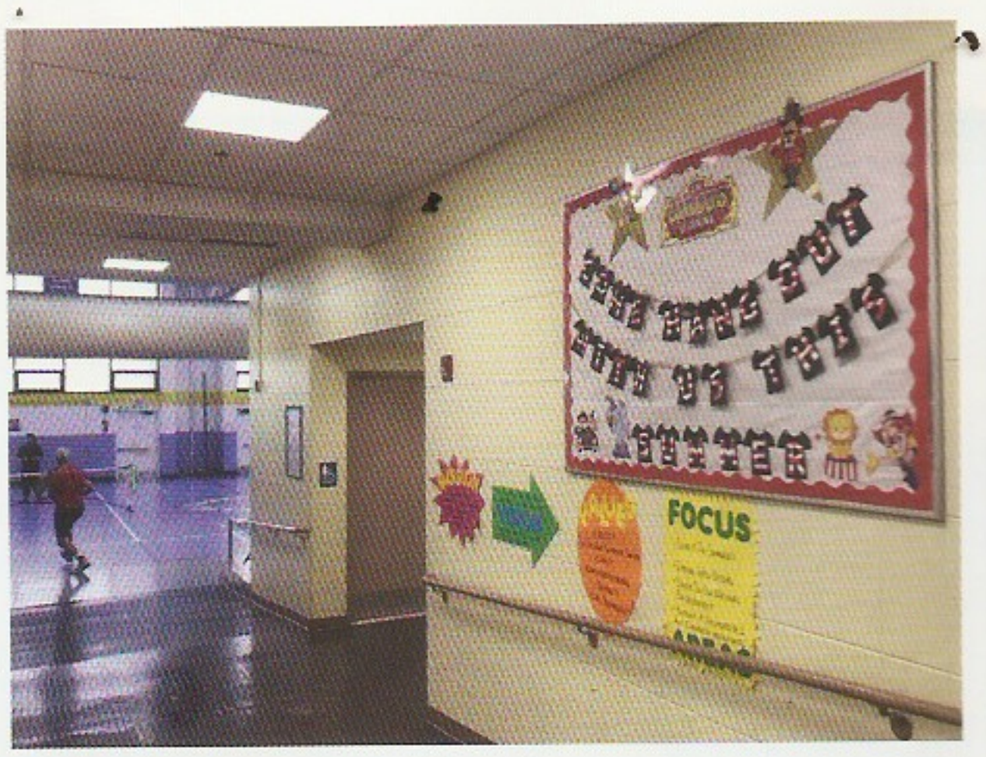
Ameerikas on ranged reeglid, mis vanusest võiks koolis käiv laps üksi kodus olla. Autistlikke või puudega lapsi ei julgeks aga isegi lubatud vanuses niisama üksi koju jätta. Õnneks on meie kodulinnas mõeldud sellele, kus saaksid lapsed aega veeta, kui vanemad on tööl. Selleks pakuvad linna vabaajakeskused (seal käivad aega veetmas nii noored kui ka vanad) lastehoidu ja suvelaagreid.

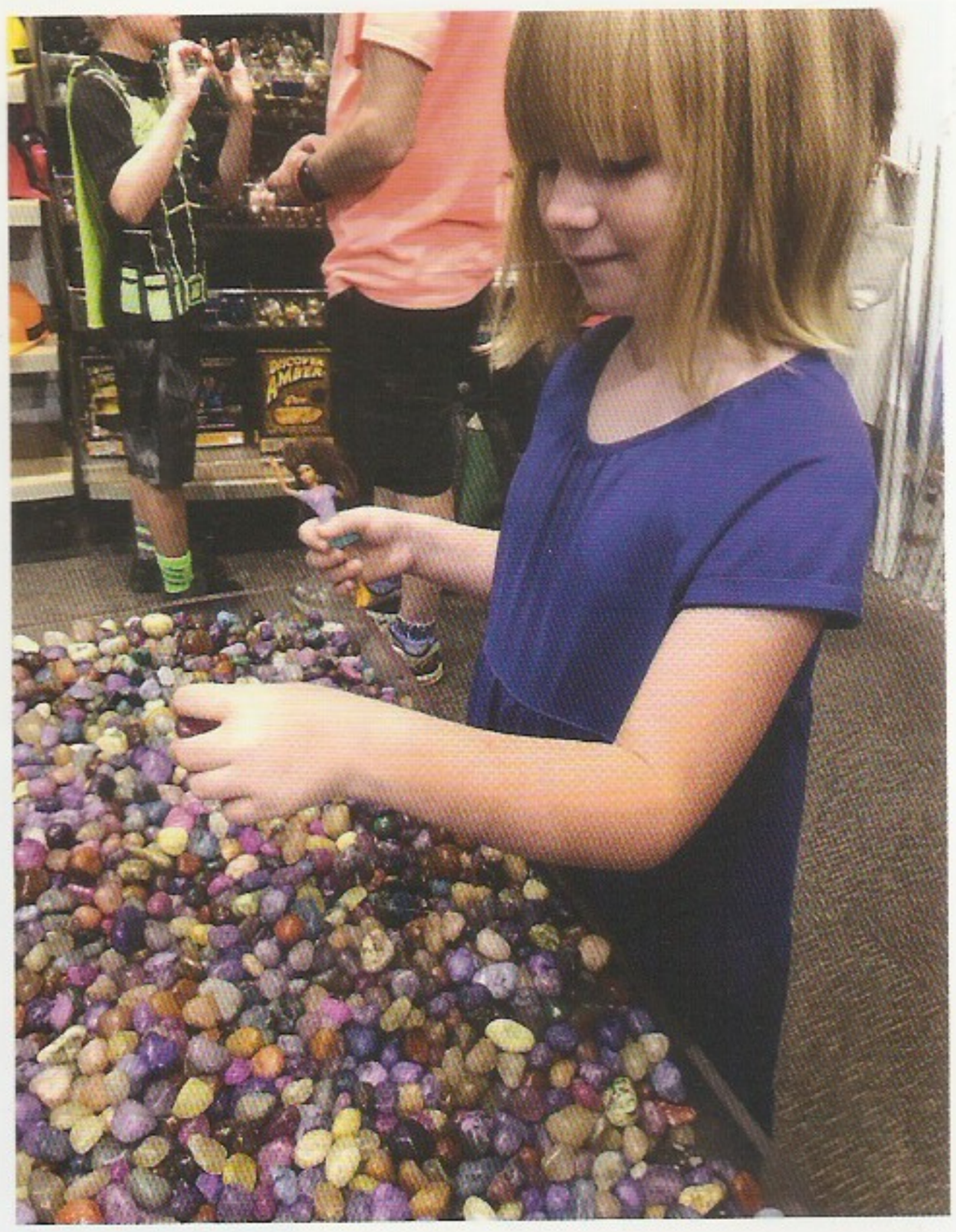
Tavaklassis õppivatele lastele on olemas oma lastehoiugrupid, puudega lastele teised. Üks paljudest linna vabaajakeskustest pakubki linna lastele, kel on mingi puue, lastehoiuteenust. Sinna pääsemiseks on kaks tingimust: laps peab olema linna elanike registris ja tal peab olema individuaalne õppeplaan (IEP ehk *individual education plan*, mis koostatakse erivajadustega lastele). Programmis saab lapsi osaleda 25, suvel kuni 30.

Mari-Liis on käinud juba mitu aastat iga päev pärast koolitundide lõppu selles keskuses. Samuti saab ta seal käia koolivaheaegadel ja suvevaheajal.

Toetab lapse arengut

Lastehoiukeskuses käimine tuleb tegelikult kasuks ka siis, kui vanemal selle järele otsest vajadust pole.





...on väga hea lastehoiukeskus

sest autistliku või mis tahes puudega lapse jaoks on sotsialiseerumine väga vajalik.

Kui Mari-Liis hakkas keskuse programmis osalema, märkasin kohe, et ta sõnavara hakkas suurenema ja lisandus hulk uusi oskusi. Ta muutus julgemaks, sensoorne tundlikkus mitmete asjade suhtes paranes. Ainuke probleem, mis keskuses käimisega kaasnes, oli see, et ta ei tahtnud enam kooli minna, vaid nõudis kogu aeg lastehoidu minemist... Aga eks see muidugi räägib enda eest nii keskuse kui ka kooli kohta.

Hea on seegi, et õpilaste transport keskusse on lihtne. Algkoolilastele tuleb pärast tundide lõppu kooli juurde järele keskuse väike mikrobuss, mis võtab lapsed peale kõikidest linna algkoolidest. Põhikooli- ja keskkooliõpilased sõidutab sinna aga koolibuss.

Keskuses tegelevad lastega paljud abistajad ja töötajad (ühe töötaja kohta on kuus last, erandjuhtudel ja vajadusel toimub ka üks ühele töö). Lastele korraldatakse lugemisklasse, sporditunde, tantsutunde, neil on lõõgastumisruume, nad saavad käia mänguväljakul ning kaks korda nädalas viiakse neid linna teise vabaajakeskusse ujuma. Suviti lisanduvad lõbustus- ja veeparkide külastused ning matkad.

Ise tuleb ka panustada

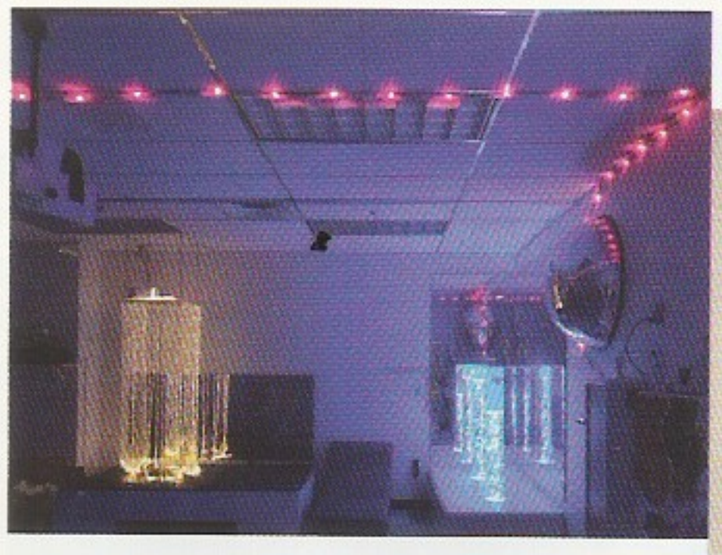
Transport õhtul koju on vanemate õlul. Vanemad peavad lastele järele tulema enne kella kuut. Korduvate hilinemiste korral võidakse vanematele määrata kogunisti trahv või võtta õigus keskuse programmides osaleda. Kuid kumbagi karistust pole kuuldavasti kunagi kasutatud, sest teadagi, et Washington DC piirkonna liiklus on hullumeelne ning liiklusummikud kerged tekkima.

Tuleb lisada, et vabaajakeskuse programmid ei ole tasuta. Samas on nõutav tasu tööl käiva inimese jaoks siiski üsna väike. Näiteks maksab koolipäevale järgnev lastehoiuteenus 1490 dollarit õppeaastas (10 kuud) ja suveprogramm 899 dollarit (7 nädalat). Seega on terve aasta programmi maksumus, kui liita veel lisanädalad enne kooli algust, kokku 2707 dollarit. (See on vaid pisut rohkem kui ühe kuu miinimumpalk terve aasta eest, Eesti mõttes siis umbes 40 eurot kuu eest – *toim.*)

Juhul kui vanemate sissetulek aga pole piisav, on võimalik taotleda linnalt sotsiaalabi. Siis on keskuse programmimaksud kas 50, 40 või 30 protsenti väiksemad. Erandjuhtudel, kui lapsevanem ei ole võimeline ka seda summat maksma, siis saab keskus küsida lisaraha mittetulunduslikult organisatsioonilt Kelly Cares Foundationilt.

Loeb sisu, mitte vorm

Ja üks asi on veel, mida tahan rõhutada. Pilte vaadates on näha, et keskuse ruumides ei ole erilisi kalleid vahendeid ega uhket sisustust.



Mari-Liisi ema kiidab lastehoiukeskuses asuvat sensoorset tuba, mis on autismiga laste jaoks väga tähtis. Seal on puutetundlikud tahvlid, võimalik kasutada erivalgustust ja kuvada laeprojektoriga seintele liikuvaid pilte.

Selles tegelikult nõukogudeaegset ehitist meenutavas hoones on ruumid sisustatud väga väheste vahenditega, mänguasjad, raamatud ja palju muud varustust on hangitud taaskasutusest või annetustena.

Ehk kõige silmapaistvam ruum sisustuse mõttes on sensoorne tuba (*sensory room*), kus on mõnus korvtool, laes projektor seintele piltide kuvamiseks, laavalambid ja muu valgustehnika. Kindlasti on see ruum autistlike laste lemmikruum.

Sellega tahan öelda, et mitte maja ja selle sisustus ei tee keskuses viibimist meeldivaks, vaid keskus on eriline ja laste hulgas armastatud tänu seal töötavatele inimestele. Neil kõigil on kas mingi isiklik kokkupuude või siis hariduslik taust näiteks ravipuhkuse (*therapeutic recreation*) alal või on nad varem töötanud puudega inimestega. Lisaks pakutakse töötajatele igal aastal erialaseid kursusi. Tõepoolest, sinna keskusse astud alati rõõmuga sisse, sest kõik töötajad on alati nii toredad ja abivalmid.

Kui eelnevalt mainisin sotsialiseerumise olulisust vabaajakeskuste baasil, siis omast kogemusest võin veel öelda, et mida varem harjutatakse autistlikku last avalikes kohtades käimisega, seda vähem on tal hiljem sensoorseid probleeme.

Mari-Liis käib alati kaasas

See ei pruugi nii olla muidugi kõikide autistlike lastega, ent meiega on kindlasti. Mari-Liisi oleme juba väga varasest east kaasa võtnud igapäevastele käikudele: poodi, teatrisse, külla. Algul oli tal isegi raske ühte toidupoodi sisse minna, sest poe automaatuksed tegid kriuksuvat häält, aga harjutamine teeb meistriks ning nüüd ei pane ta seda isegi enam tähele.

Hambaarsti juurde või ka kontserdile võtsime alati kaasa kõrvaklapid, et natuke hirmutavaid või tugevaid helisid summutada. Trad.Attack!-i kontserdil hoidis ta esialgu käsi kõrvade peal ja pead süles, ent üsna varsti tantsis koos teiste lastega. Sel aastal julgesime teda juba kaasa võtta endise poprokkbändi The Monkees kontserdile, kus valgus- ja helitehnika efektid võinuks muidu enda valguse ja heli suhtes ülitundliku lapse väga lihtsalt hüsteeriasse viia. Aga Mari-Liis nautis kontserti väga, mida näitas tema hoogne eneseergutamine (*stimming* ehk *self stimulation*) ja kaasa laulmine.

Tore on ka see, et teatrid ja kinod pakuvad sensoorse tundlikkusega lastele etendusi ja seansse, kus kedagi kuulajatest-vaatajatest ei pane pahaks, kui laps tugevamat häält teeb või saalis kogunisti ringi jalutab.

Seega pole avalikes kohtades ja üritustel sage viibimine kasulik ainult autistile endale, vaid teisalt harjuvad neurotüüpilised inimesed sel moel nägema enda hulgas autiste ning suurenevad nende oskused mõista autistide käitumist, mis vahel võib tunduda kõrvaltvaatajale iseäralik.

Piret Lai-Neubacher

Tänan Nannie J. Lee Recreation Centeri teraapiajuhatajat Brenda Hollowayd abi eest artikli valmimisel.

Mari-Liisi ema: nutiseadmetest on palju abi

Psühholoogid ja pedagoogid taunivad sagedat nutiseadmete kasutamist ning võrdlevad selle mõju ajule lausa heroiiniga, kuid autistlikul lapsel võib sage nutiseadmete kasutamine hoopis kasuks tulla.

Omast kogemusest võin mainida, et näiteks mõistete selgitamisel on nutiseadmed olnud vähemalt meile suureks abiks. Mäletan, et kui Mari-Liis oli väiksem, siis püüdsin talle õpetada koera mõistet. Näitasin raamatus pilte koertest, näitasin tänaval koeri ning kui ta siis ükskord väiksemat tõugu koera tänaval nägi, ütles ta ikka: „Näe, kass!“ Seejärel aga vaatasime arvutist pilte ja videoid ning sellest ajast peale pole ta enam kordagi mõistetega eksinud. Ju saime arvuti võimaluste kaudu kassi ja koera erinevuse talle selgeks teha.

Üks lustakas ja väikse piprateraga lugu ka koera mõiste õppimise ajast. Meil oli üks koduloomade pildiraamat, kus olid koera- ja lehmapilt kõrvuti, õppisime loomade nimetusi ja talle jäi meelde just selline piltide järjekord.

Kui me järgmisel korral nägime oma veidi tüsedamapoolset naabrit koeraga õues jalutamas, hüüatas Mari-Liis: „Koer! Ja lehm!“ Naaber kuulis seda ning sellest päevast peale ta enam minuga ei kõnele. Ta ei aimagi, et Mari-Liis ei öelnud seda pahatahtlikkusest, vaid ta peas käivitus autistlikule inimesele omaselt raamatupiltidelt õpitud loomade kordamise mehhanism. Ja mis siis teha, kui koerapildi järel tuli lehmapilt.

Nutiseadmetest on meil abi olnud ka matemaatikas, näiteks korrutustabeli õppimisel. Rääkimata abist, mida on arvuti pakkunud raamatust loetud sõnade ja mõistete selgitamisel. Kui me Mari-Liisiga raamatut loeme, on alati arvuti või tahvelarvuti käepärast, et vajadusel lisainfot ja näitlikku materjali otsida. Viimati pidin näiteks nutiseadmete abil selgitama, mida tähendavad raamatust loetud akrobaatika valdkonna mõisted *trapeze-artist* ja *baton-twirling*.

Nutiseadmete abil on Mari-Liis õppinud paremini ka oma soove ja emotsioone väljendama, kasutades lauseid või väljendeid videotest ja filmidest.

Tahvlist vaatab Mari-Liis tihti veel briti animasarja „Põrsas Peppa“ videoid. Ta loeb Peppa raamatuid samuti hea meelega, ent videod meeldivad talle ikka hulga rohkem. On vahva, et selle tulemusena on ta omandanud inglise keele sõnavara ja aktsendi, mida ta ka aeg-ajalt kasutab.

Siin veel üks naljakas lugu. Olime kord poes, kui Mari-Liis küsis minult armsa briti aktsendiga: „Mommy, can I sit on a trolley?“ (emme, kas ma võin ostukärusse istuda?) Esiotsa ma ei saanud arugi, et ta pidas silmas ostukäru, sest Ameerikas on poekäru jaoks kasutusel *shopping cart*'i mõiste. Teel koju ütles ta aga jälle briti aktsendiga: „Can you drive faster, please!“ (kas sa saaksid palun kiiremini sõita!) Nii ongi ta briti inglise keelest üle võtnud juba mitmeid sõnu ja väljendeid. Ja see on tegelikult väga tore ja lõbus.

Kust saada infot autismi mõistmiseks?

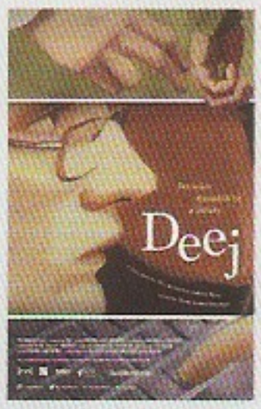
Siin on Mari-Liisi emalt lõpetuseks mõned kasulikud lingid ja viited, mida ta soovitab autistlike laste vanematel ja nende õpetajatel-kasvatajatel lugeda või vaadata. Paraku on need küll inglise keeles, aga mõned neist peaks ka vähesema keeleoskuse korral olema lihtsalt jälgitavad.

- **YouTube'i videokanal Ask an Autistic**
Videokanali autor Amythest Schaber on autist ja seletab, miks autistid ühel või teisel moel käituvad.

- **Facebooki grupp The Thinking Person's Guide to Autism**
Kasulik infokanal neile, kes tahavad lugeda autismivaldkonna uudiseid. Refereeritakse uuemaid teadusartikleid, edastatakse intervjuusid spetsialistidega jpm. Kohati on info küll vaid ameerikakeskne, ent põhiinfo on siiski üleilmne.

- **Steve Silbermani raamat „NeuroTribes: The Legacy of Autism and the Future of Neurodiversity“**
See raamat on n-ö autismi piibel.

- **Dokumentaalfilm „Deej“ (2017)**



Seda filmi soovitan vaadata kõikidel õpetajatel, hooldajatel ja lastevanematel. Film räägib noorest mehest David James Savaresest, kelle tema pärisvanemad hülgasid kui õppimisvõimetu olendi. Õnneks leidis kõnetu noormees kasuvanemad, kes oma pühendumuse ja tööga andsid talle hea kodu ja hariduse. Ta on nüüdseks lõpetanud ülikooli ning muuhulgas kirjutab luulet. Tema hiljuti avaldatud essee „Coming to My Senses“ väärib väga lugemist. See film on positiivne ja õpetlik mitmel moel: ära kunagi eelda, et vaikiva fassaadi taga on mõtlemisvõimetu inimene; kõiki võimalusi otsides ja kasutades on võimalik autisti hääl kuuldavaks teha.

ISSN 2228-1312
SAAJA AADRESS:

Viimsi Raamatukogu
Kesk tee 1 Haabneeme Viimsi vald
74001 Harjumaa
Perioodika 01

Pallitralliga jalad liikuma!

29. juunil kell 11.30 lastakse Tartu linna päeval Vanemuise mäest alla 10 000 palli! Üritusel on heategevuslik eesmärk: pallide müügist toetatakse kõnniroboti ostmist Tartu ülikooli kliinikumile.

Erinevat värvi palle saab osta Piletilevist, üks pall maksab 5 eurot.

Eestis on sadu lapsi, kes ei saa sünnitrauma, insuldi või muu keerulise haiguse tõttu kas üldse kõndida või siis liiguvad väga vaevaliselt. Kõnnirobotil treenimine võib muuta neist paljude tulevikku.

Taastusravis äärmiselt vajalik kõnnirobot on olemas Tallinnas ja Haapsalus. Paraku ei saa Kesk- ja Lõuna-Eesti väikesed patsiendid kodust kaugel asuvat kõnnirobotit piisaval määral kasutada ja seetõttu kogubki Lastefond annetusi, et äärmiselt vajalik aparaat oleks olemas ka Tartus. Kõnniroboti hind on ligikaudu 500 000 eurot.

Tule ja anna hoogu pallidele, mis muudavad paljude laste elu!

KUI SAAD AIDATA. Või kui tead kedagi, kes saab:

MTÜ Puutepunktid

arveldusarve EE452200221053907379

MTÜ Puutepunktid on riiklikus tulumaksusoodustusega mittetulundusühingute ja sihtasutuste nimekirjas.

Täname kõiki ajakirja toetajaid!

Mai- ja juunikuus (kuni ajakirja trükkiminekuni) olite need teie: Merle Lints, Siiri Klasberg, Maris Luik, Tarmo Leheste, Ülle Väina, Sigrid Kristin, Kaja Linder, Raili Veskilt, Olga Haiba, Silvia Janovski, Küllike Lain, Ruth Maal, Lilia Tihane, Merike Toomet, Ago Laiksoo, Maarja Helimets, Kaisa Pärna, Lenne Rätsep, Maria Praats, Kristel Jõksi, Erge Reimand, Anne Reva, Ulvi Mellis, Mari Peets, Karolina Antons, Merle Aas, Õnnela Metsaorg, Heili Talts, Evelin Peda, Krislin Padjus, Karmo Kuri, Ly Mäemurd, Heldi Käär, Külvi Raudsepp, Anne-Mari Rebane, Chris-Helin Loik, Kreet Ojamets, Renee Kukk, Alo Suursild, Ursi Joost, Heli Tenslind, Silja ja Liina Aavik, Reet Kuuskmäe, Lea Kallas, Silvi Jänes, Julia Abiševa, Minija Pääslane, Ande Etti, Imbi Suun, Selma-Miralda Peberg, Elle Reinike, Ere Tött, Virge Baar, Kadri ja Aivar Otsman. Juunikuu ajakirja väljaandmiseks kogunes teie annetustest 651 eurot. Aitäh teile selle eest! Kõik suvekuude annetused lähevad septembri Puutepunktide kirjastamiseks, mil jätkame taas ilmumist pärast puhkust! Olge tublid!

Ajakirja väljaandmist toetavad ka

Tartu Ülikooli Kliinikumi Lastefond www.lastefond.ee

Eesti Hooldajate Liit

Hasartmängumaksu Nõukogu